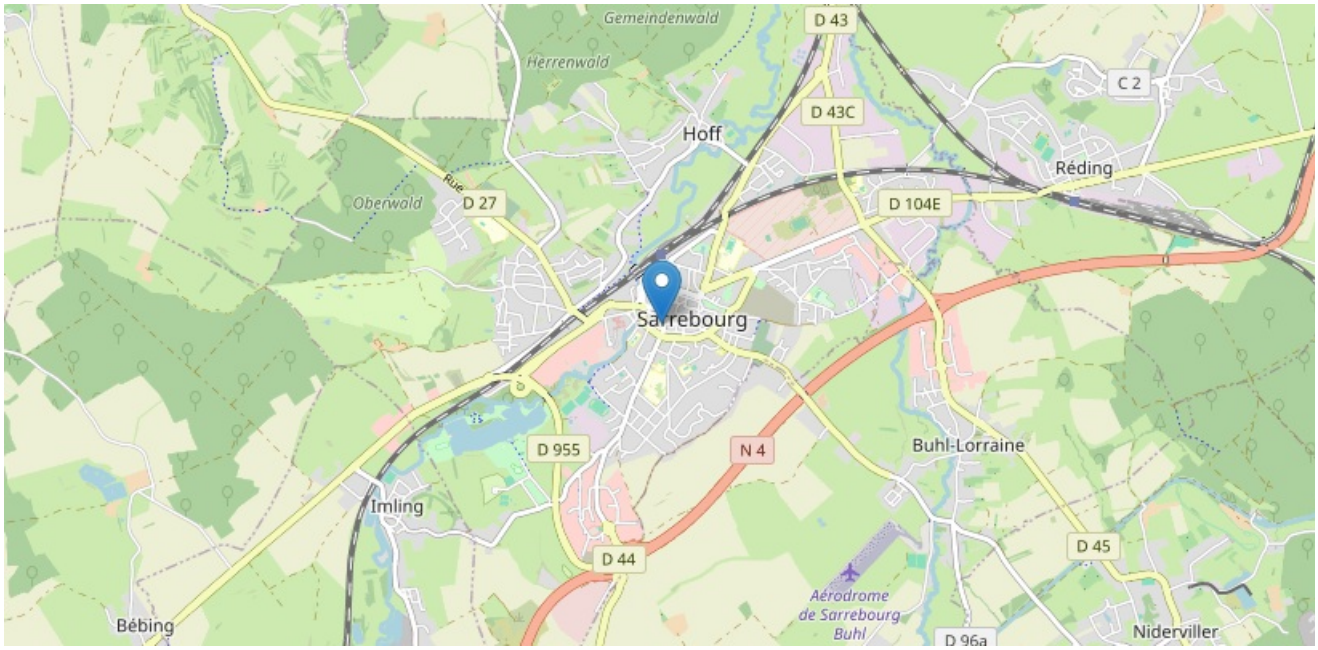
# Activité Physique Adaptée - Pilates (SARREBOURG)

Soin de support (INCa) | Adultes | Activité physique adaptée




## ADRESSE

Rue Kuchly
57400 Sarrebourg

## INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

Comité de Moselle de la Ligue contre le cancer:03 87 18 14 94

Rémi Delaporte (chargé des soins de support) :remi.delaporte@ligue-cancer.net

http://www.ligue-cancer.net/57-moselle

## STRUCTURE

LIGUE CONTRE LE CANCER - COMITE DE LA MOSELLE
11 rue Saussaie en Mi-Terre
57130 Jouy-aux-Arches

La méthode Pilates, parfois simplement appelée Pilates, est un système d'activité physique développé au début du XXe siècle par un passionné de sport et du corps humain, Joseph Pilates. La méthode Pilates est pratiquée au tapis avec ou sans accessoires ou à l'aide d'appareils. Elle a pour objectif le développement des muscles profonds, l'amélioration de la posture, l'équilibrage musculaire et l'assouplissement articulaire, pour un entretien, une amélioration ou une restauration des fonctions physiques.

*En savoir + sur l'activité physique adaptée :www.cancersolidaritevie.fr*